Jurnal Abdi Kesehatan dan Kedokteran (JAKK), Vol. 3, No. 2, Juli 2024
p-ISSN: 2962-8245| e-ISSN: 2962-7133

**Original Article**

# Peningkatan Pengetahuan Lansia Melalui Edukasi Hipertensi: Sebuah Upaya Pencegahan Kejadian Hipertensi pada Lansia Di Desa Jeti, Kecamatan Baki

Ady Irawan[1], Agung Widiastuti[1], Febrianti Shinta Dewi[1], Anggie Pradana Putri[2]

[1] Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Duta Bangsa, Jawa Tengah, Indonesia
[2] Program Studi D3 Keperawatan, Stikes Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

*Email Korespondensi : ady_irawan@udb.ac.id

**ABSTRAK**

Perubahan fisiologis pada lansia membuat mereka rentan terhadap penyakit kronis. Lansia menjadi populasi yang rentan terhadap kasus hipertensi, sebagai salah satu penyakit kronis di Indonesia. Upaya diperlukan untuk memberikan layanan kesehatan yang dapat diberikan oleh perawat melalui pendekatan komunitas dengan pihak-pihak yang terlibat, seperti lansia. Layanan masyarakat ini dilakukan melalui pendidikan kesehatan dan konseling tentang manajemen hipertensi diikuti dengan evaluasi pengetahuan. Upaya-upaya ini dapat diwujudkan dengan mengadakan kegiatan penyuluhan pengetahuan tentang hipertensi.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan 30 lansia di Desa Jetis, Sukoharjo, dengan 53% mengalami hipertensi tinggi. Kegiatan berlangsung dari 15-21 Desember 2023, mencakup persiapan, intervensi, dan evaluasi. Intervensi berupa pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan gula darah selama 2 x 60 menit, dengan media lembar balik dan diskusi kelompok. Evaluasi dilakukan dengan t-test pada SPSS 22.0 untuk menganalisis peningkatan pengetahuan. Alat ukur yang digunakan adalah glucometer, tensimeter, dan kuesioner (Cronbach's alpha = 0.80), dengan nilai normal gula darah 80-100 mg/dL dan tekanan darah 130-140 mmHg (sistolik) dan 80-90 mmHg (diastolik).

Hasil dari kegiatan penyuluhan pengetahuan tentang hipertensi menunjukkan bahwa usia masyarakat yang ikut serta sebagian besar adalah 50-75 tahun dengan total 30 orang (57%), jenis kelamin sebagian besar adalah perempuan yaitu 25 orang (83%) sedangkan laki-laki 5 orang (17%). Sebanyak 16 orang (53%) memiliki hipertensi tinggi dan hipertensi normal (47%). Sebanyak 18 orang (39%) memiliki pengetahuan baik sebelum konseling dan 28 orang (61%) memiliki pengetahuan baik setelah konseling.

Pendidikan kesehatan dan konseling tentang manajemen hipertensi secara efektif meningkatkan pengetahuan di kalangan lansia dengan hipertensi yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Pemberian pendidikan kesehatan dianjurkan untuk meningkatkan manajemen hipertensi.

Kata kunci: Pendidikan kesehatan, konseling, Hipertensi, Lansia

**ABSTRACT**

*Physiological changes in the elderly make them vulnerable to chronic diseases. The elderly are a vulnerable population to hypertension cases, as one of the chronic diseases in Indonesia. Efforts are needed to provide health services that can be provided by nurses through a community approach with the parties involved, such as the elderly. This community service is carried out through health*

*education and counseling on hypertension management followed by knowledge evaluation. These efforts can be realized by holding counseling activities on hypertension.*

*This community service activity involved 30 elderly people in Jetis Village, Sukoharjo, with 53% experiencing high hypertension. The activity took place from December 15-21, 2023, including preparation, intervention, and evaluation. The intervention was in the form of health education about hypertension and blood sugar for 2 x 60 minutes, with flip sheet media and group discussion. The evaluation was carried out by t-test on SPSS 22.0 to analyze the increase in knowledge. The measuring tools used were a glucometer, sphygmomanometer, and questionnaire (Cronbach's alpha = 0.80), with normal blood sugar values of 80-100 mg/dL and blood pressure of 130-140 mmHg (systolic) and 80-90 mmHg (diastolic).*

*The results of the counseling activities on hypertension showed that the age of the participating people was mostly 50-75 years old with a total of 30 people (57%), the gender was mostly female, namely 25 people (83%) while 5 men (17%). A total of 16 people (53%) had high hypertension and normal hypertension (47%). A total of 18 people (39%) had good knowledge before counseling and 28 people (61%) had good knowledge after counseling.*

*Health education and counseling on hypertension management effectively increased knowledge among older adults with hypertension who participated in this study. Providing health education is recommended to improve hypertension management.*

*Keywords: Health education, Counseling, Hypertension, Elderly*

Submit: 21 April 2024| Revisi: 28 Juli 2024| Diterima: 28 Juli 2024| Online: 31 Juli 2024
Sitasi: Irawan, A., Widiastuti, A., Shinta Dewi, F., & Pradana Putri, A. (2024). Peningkatan Pengetahuan Lansia Melalui Edukasi Hipertensi: Sebuah Upaya Pencegahan Kejadian Hipertensi pada Lansia Di Desa Jeti, Kecamatan Baki. Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran, 3(2), 1–10. https://doi.org/10.55018/jakk.v3i2.53

## Pendahuluan

Hipertensi adalah penyebab utama kecacatan dan faktor resiko utama kematian di seluruh dunia (DeGuire et al., 2019). Hipertensi menjadi salah satu penyebab masalah kesehatan yang cukup berbahaya, karena hipertensi berkontribusi terhadap terjadinya penyakit kardiovaskular seperti gagal jantung, stroke, penyakit jantung iskemik (WHO, 2018). Hipertensi adalah penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan signifikan secara global, regional, nasional, dan lokal (Rasdiyanah et al., 2022). Ini menunjukkan bahwa hipertensi merupakan faktor risiko yang cukup berbahaya bagi kesehatan seseorang. Hipertensi adalah penyakit kronik dengan prevalensi tinggi. Menurut data WHO, 22% penduduk dunia menderita hipertensi, dengan prevalensi mencapai 36% di Asia Tenggara. Diprediksi pada tahun 2025, 29% orang dewasa di seluruh dunia akan mengalami hipertensi (World Health Organization, 2022)Data dari Kementerian Kesehatan Indonesia tahun 2018 menunjukkan bahwa angka kejadian hipertensi pada lansia di Indonesia

adalah 45,9% untuk usia 55-64 tahun, 57,6% untuk usia 65-74 tahun, dan 63,8% untuk usia di atas 75 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%, yang mengalami peningkatan dibandingkan dengan prevalensi pada Riskesdas tahun 2013 yang sebesar 25,8%. Diperkirakan hanya sepertiga dari kasus hipertensi di Indonesia yang terdiagnosis, sedangkan sisanya tidak terdiagnosis. Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah mencapai 37,5%. Selain itu, prevalensi hipertensi pada perempuan adalah 40,17%, sementara pada laki-laki adalah 34,83% (Casmuti & Fibriana, 2023). Penelitian di berbagai kota di Indonesia juga menunjukkan bahwa lebih dari setengah jumlah lansia mengalami hipertensi (Salman et al., 2020).

Hipertensi seringkali terjadi di negara berkembang (Shukuri et al., 2019). Keterbatasan informasi mengenai hipertensi dapat menyebabkan peningkatan prevalensi, tingkat deteksi yang rendah, serta pencegahan dan pengendalian yang kurang optimal (Sanuade et al., 2018). Tingginya pengetahuan mengenai pencegahan hipertensi belum tentu diikuti dengan tingginya pengetahuan mengenai manajemen hipertensi (Balqis et al., 2019). Pengetahuan mengenai hipertensi sangat penting untuk ditingkatkan, terutama di daerah perdesaan dan kelompok lansia dengan tingkat pengetahuan rendah. Seluruh pihak terkait perlu bekerja sama dalam meningkatkan promosi dan edukasi mengenai pencegahan hipertensi agar kesadaran masyarakat meningkat (Michalska et al., 2020).

Penentuan metode edukasi yang digunakan merupakan hal yang penting dalam peningkatan pengetahuan responden. Edukasi menggunakan media lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan sasaran dibandingkan dengan edukasi yang hanya menggunakan metode ceramah tanpa media (Nisaul-maslakah, 2018). Menurut penelitian mengenai pemberian edukasi hipertensi pada lansia, penggunaan media seperti powerpoint dan lembar balik berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan terkait hipertensi pada lansia (H et al., 2019).

Berdasarkan hasil pengkajian setelah dilakukan analisis diperoleh data tentang masalah Hipertensi pada lansia melakukan pengkajian *door to door* di Desa Jetis dari 30 lansia terdapat 16 orang hipertensi tinggi (53%). Petugas kader didusun tersebut mengatakan posyandu lansia selalu di laksanakan akan tetapi banyak lansia yang jarang mengikuti

kegiatan posyandu. Diperlukan upaya pelayanan kesehatan yang dapat diberikan salah satunya memberikan edukasi dan mahasiswa memilih menggunakan media lembar balik.

## Bahan dan Metode

Populasi dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah lansia (rentang usia >55 tahun) sebanyak 30 orang. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *total sampling* dimana 30 lansia dimana 53% nya mengalami hipertensi tinggi (>140/100 mmHg).

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Desa Jetis, kecamatan Baki, kabupaten Sukoharjo, dimana merupakan wilayah kerja Puskesmas Baki. Kegiatan dilaksanakan pada 15-21 Desember 2023 yang terdiri dari persiapan (koordinasi dengan kader kesehatan dan bidan desa Jetis), intervensi, dan evaluasi.

Alat ukur yang digunakan adalah *glucometer* (untuk memonitor kadar gula darah), *tensimeter* (untuk memonitor tekanan darah), dan kuesioner pengukuran pengetahuan yang telah dibuat oleh tim (Cronbach's alpha=0.80). Panduan nilai normal untuk kadar gula darah yaitu antara 80-100 mg/dL (Anyanti et al., 2020), 130-140mmHg (sistolik) dan 80-90mmHg (diastolik) (Khasanah, 2022), dan pengetahuan dengan nilai minimal 80 (untuk evaluasi kegiatan ini dilihat nilai peningkatannya). Selain itu, kami juga menyediakan media penyuluhan. Kami mengukur kadar gula darah dan tekananan darah partisipan sebelum dan setelah intervensi (T0-T1).

Intervensi yang diberikan yaitu pendidikan kesehatan tentang manajemen hipertensi dan gula darah selama 2 x 60 menit. Media lembar balik digunakan untuk memfasilitasi kegiatan pendidikan kesehatan, kemudian diikuti konseling *face to face* atau *group discussion*.

Pada akhir sesi penyuluhan mahasiswa memberikan masyarakat kesempatan untuk berdiskusi dan bertanya. Kami melakukan analisis data untuk melihat pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan hipertensi sebelum dan sesudah menggunakan t-test pada aplikasi SPSS 22.0.

## Hasil

Hasil kegiatan screening di Masyarakat Desa Jetis menunjukkan antusiasme yang tinggi dari masyarakat dalam mengikuti kegiatan tersebut. Kegiatan screening dilakukan untuk memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk memeriksa tekanan darah dan glukosa darah sewaktu. Kegiatan screening terlihat pada Gambar 1.

Gambar 1. Pelaksanaan screening Tekanan Darah dan Kadar Glukosa Darah

Penyuluhan kesehatan mencakup definisi hipertensi, penyebab hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, akibat lanjut dari hipertensi, cara perawatan hipertensi, dan pengobatan tradisional untuk hipertensi. Penyuluhan pengetahuan tentang hipertensi terlihat pada Gambar 2.

**Gambar 2.** Penyuluhan pengetahuan Hipertensi

Hasil pelaksanaan kegiatan screening dan penyuluhan kesehatan tentang pengetahuanHipertensi diikuti oleh 30 orang. Berikut adalah data karakteristik masyarakat yang mengikuti kegiatan tampak pada table 1.

Tabel 1. Karakteristik Masyarakat

| Variabel | Frekuensi (%) | Persentase (%) |
|---|---|---|
| **Usia** | | |
| 50 - 60 | 8 | 27% |
| 61 - 69 | 12 | 40% |
| 70 | 10 | 33% |
| **Jenis Kelamin** | | |
| Laki - laki | 5 | 17% |
| Perempuan | 25 | 83% |
| **Tekanan darah** | | |
| Normal | 14 | 47% |
| Hipertensi | 16 | 53% |
| **Gula darah** | | |
| Normal | 30 | 100% |
| **Pre-penyuluhan** | | |
| Rendah | 12 | 40% |
| Baik | 18 | 60% |
| **Post-penyuluhan** | | |
| Rendah | 4 | 13% |
| Baik | 26 | 87% |

Berdasarkan table 1 menunjukkan bahwa usia Masyarakat yang mengikuti sreening dan penyuluhan pengetahuan hipertensi paling banyak berusi 61 – 69 tahun dengan jumlah 12 orang (40%). Jenis kelamin paling banyak Perempuan yaitu 25 orang (83%). Tekanan darah tinggi sebanyak 16 orang (53%). Data tersebut berbeda dengan kadar gula darah normal dari seluruh partisipan.

Berdasarkan table 1 menunjukkan pengetahuan sebelum kegiatan penyuluhan pengetahuan hipertensi baik sebanyak 18 orang (60%) dan setelah dilakukan penyuluhan pengetahuan hipertensi menunjukkan pengetahuan baik sebanyak 26 orang (87%).

Dari intervensi yang diberikan, kami melakukan analisis perubahan tekanan darah melalui analisis statistik yang kami tampilkan pada tabel 1.

Tabel 1. Perubahan tekanan darah, gula darah, dan pengetahuan diantara lansia yang mengikuti pendidikan kesehatan dan konseling

Tabel 2. Effect Size

| Variabel | MD±SD | Effect size |
|---|---|---|
| Tekanan darah | | |
| Sistolik | 8.25±0.59 | 4.94 |
| Diastolik | 4.38±0.96 | 1.61 |
| Gula darah | 1.21±0.00 | 0.16 |
| Pengetahuan | 19.6±0.78 | 8.92 |

**Pembahasan**

Populasi lansia yang menderita hipertensi diperkirakan akan terus bertambah (Rasdiyanah et al., 2022). Banyak faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi, salah satunya adalah jenis kelamin dan gaya hidup (Khasanah, 2022). Diantara dua faktor tersebut, gaya hidup merupakan faktor yang dapat dimodifikasi, salah satu strateginya adalah melalui peningkatan pengetahuan. Peningkatan pengetahuan dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan dan konseling terkait menajemen penyakit kronis yang dialami oleh lansia (Anyanti et al., 2020; Khasanah, 2022).

Hasil dari pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pemberian intervensi efektif untuk meningkatkan pengetahuan diantara partisipan. Selain itu, kadar gula darah juga terdeteksi normal (100%). Begitu pula dengan tekanan darah baik sistolik dan diastolik juga mengalami peningkatan (lihat tabel 1). Hal tersebut terjadi karena pengetahuan yang dimiliki dapat memfasilitatori lansia untuk merubah gaya hidup dan memilih untuk manajemen kesehatan yang lebih baik. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Berry & Peck (2023) dan Prawesti et al. (2018).

Pengabdian masyarakat ini memberikan kajian ilmiah baru bahwa pengetahuan lansia yang mengalami hipertensi dapat ditingkatkan melalui pendidikan kesehatan dan konseling tentang manajemen hipertensi. Selain itu, tekanan darah terbukti dapat menurun sekitar 4 sampai 8 poin (sistolik maupun diastolik) setelah dilakukan intervensi. Penurunan signifikan ini dapat terjadi walaupun bukan menjadi bagian dari efek langsung dari pendidikan kesehatan yang diberikan. Hal tersebut menjadi kelemahan dalam pengabdian masyarakat ini. Kami merekomendasikan untuk melalukan

penelitian lebih empiris dan holistik untuk mengetahui lebih lanjut tentang efektivitas pendidikan kesehatan terhadap penurunan tekanan darah dengan jumlah sample yang lebih banyak dan intervensi yang lebih terperinci.

## Kesimpulan

Hasil menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan pengetahuan hipertensi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan lansia dengan 87%. Pemberian penyuluhan kesehatan memang sangat diperlukan agar Masyarakat terpapar informasi tentang penyakit hipertensi, masyarakat mampu mengenalitanda gejalanya dan paham bagaimana pengobatan hipertensi. Tindakan selanjutnya dapat diberikan kepada masyarakat terkait bagaimana mengatasi hipertensi pada lansia di Desa Jetis Kecamatan Baki Sukoharjo.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada bidan desa, kader desa dan civitas akademika Universitas Duta Bangsa yang sudah memberikan dukungan terhadap terlaksananya pengabdian masyarakat ini.

## Konflik Kepentingan

Dalam penulisan Jurnal Pengabdian ini tidak adanya konflik kepentingan di dalam penulisan artikel ini

## Konstribusi Penulis

Ketua pengabdian bertugas mengarahkan kegiatan pelaksanaan Pengabdian. Anggota Tim Pengabdian bertugas mulai dari mengidentifikasi pasien yang mengalami hipertensi sampai menyiapkan media serta pelaksanaan kegiatan pengabdian, seperti mengukur tekanan darah, menyiapkan konsumsi, melakukan pendokumentasian.

## Referensi

Anyanti, J., Akuiyibo, S., Idogho, O., Amoo, B., & Aizobu, D. (2020). Hypertension and Diabetes Management Practices Among Healthcare Workers in Imo and Kaduna States, Nigeria: An Exploratory Study. *Risk Management and Healthcare Policy*, *Volume 13*, 2535–2543. https://doi.org/10.2147/RMHP.S271668

Balqis, M., Arya, I. F. D., & Ritonga, M. N. A. (2019). Knowledge, Attitude and Practice of Menstrual Hygiene among High Schools Students in Jatinangor. *Althea Medical Journal*, *3*(2), 230–238. https://doi.org/10.15850/amj.v3n2.783

Berry, R. K., & Peck, J. L. (2023). Holistic Hypertension Management. *Holistic Nursing Practice*, *37*(5), 253–259. https://doi.org/10.1097/HNP.0000000000000604

Casmuti, & Fibriana, A. I. (2023). Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang Casmuti. *Higeia*

*Journal of Public Health Research and Development*, *7*(1), 123–134.

DeGuire, J., Clarke, J., Rouleau, K., Roy, J., & Bushnik, T. (2019). Blood pressure and hypertension. *Health Reports*, *30*(2), 14–21. https://doi.org/10.25318/82-003-x201900200002

H, H., Aris, M., & M, M. (2019). Peningkatan Pengetahuan Lanjut Usia melalui Pendidikan Kesehatan dengan Menggunakan Media Power Point. *Media Karya Kesehatan*, *2*(2). https://doi.org/10.24198/mkk.v2i2.22472

Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2021*. Kementerian Kesehatan RI.

Khasanah, D. N. (2022). The Risk Factors of Hypertension in Indonesia (Data Study of Indonesian Family Life Survey 5). *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, *5*(2), 80. https://doi.org/10.20473/jphrecode.v5i2.27923

Michalska, M., Rysz, J., Pencina, M. J., Zdrojewski, T., & Banach, M. (2020). The knowledge and awareness of hypertension among patients with hypertension in central poland: A pilot registry. *Angiology*, *65*(6), 525–532. https://doi.org/10.1177/0003319713489166

Nisaul maslakah, Z. S. (2018). *Pengaruh Pendidikan Media Flashcard Terhadap Pengetahuan Anak Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang*. *10*(01), 9–16.

Prawesti, I., Haryanti, F., & Lusmilasari, L. (2018). Effect of health education using video and brochure on maternal health literacy. *Belitung Nursing Journal*, *4*(6), 612–618. https://doi.org/10.33546/bnj.176

Rasdiyanah, Rahmatia, E., & Syisnawati. (2022). Hubungan efikasi diri dengan perilaku manajemen hipertensi. *Jurnal Gema Keperawatan*, *15*(2), 320–332.

Salman, Y., Sari, M., & Libri, O. (2020). Analisis Faktor Dominan terhadap Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Cempaka. *Jurnal Dunia Gizi*, *3*(1), 15. https://doi.org/10.33085/jdg.v3i1.4640

Sanuade, O. A., Boatemaa, S., & Kushitor, M. K. (2018). Hypertension prevalence, awareness, treatment and control in Ghanaian population: Evidence from the Ghana demographic and health survey. *PLoS ONE*, *13*(11), 1–18. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0205985

Shukuri, A., Tewelde, T., & Shaweno, T. (2019). Prevalence of old age hypertension and associated factors among older adults in rural Ethiopia. *Integrated Blood Pressure Control*, *12*, 23–31. https://doi.org/10.2147/IBPC.S212821